

※ 材料その他の都合により、献立を変更することがあります。

令和4年度 10月 給食予定献立表 3色食品表 證



3	献立名	主に血や肉になる食品(赤)	主に熱や力のもとになる食品(黄)	主に身体の調子をととのえる食品(緑)	エネルギー	たんぱく質	脂
3	HIV II TO	たんぱく質・無機質	炭水化物・脂質	ビタミン・食物繊維	kcal	g g	
	カレードック(胚芽パン)	脱脂粉乳	小麦粉 小麦胚芽 ショートニング さとう マーガリン				
	(具) ウエフ マ	豚肉 レンズ豆 チーズ	サラダ油 さとう カレールウ	玉ねぎ にんじん ピーマン にんにく	827	28.0	26
	白玉スープ フルーツポンチりんご風味	ベーコン	白玉だんご りんごゼリー サイダー	はくさい もやし にんじん <u>ねぎ</u> みかん パイナップル 黄桃 りんご果汁			
╬	<u>フルーラ </u>	Commence	数	かんが ハイナックル 奥州 りんこ未汁			
	いわしのかば焼き風	いわし 青のり	本 でんぷん 大豆油 さとう	しょうが			
	粉ふきいもしそ風味	V 175 G 75 G	じゃがいも	赤しそ	801	30.2	2
	とり野菜	鶏肉 木綿豆腐 みそ		はくさい もやし にんじん しめじ こんにゃく にんにく			
	ごはん		光				
	鶏肉のレモン和え	鶏肉	でんぷん 大豆油 さとう	レモン果汁	829	33.4	2
	小松菜の和え物		さとう	<u>小松菜</u> にんじん キャベツ	029	33.4	
╼	いかと大根のうま煮	いか 絹厚揚げ	さといも さとう	<u>だいこん</u> にんじん こんにゃく いんげん			
	ごはん		米				
	さんまのかぼすレモン煮	さんま	さとう でんぷん	かぼす果汁 レモン レモン果汁	801	29.8	2
	切干大根のそぼろ炒め ★	豚肉	サラダ油 さとう	切干大根 にんじん 干ししいたけ むき枝豆			
╬	豆腐となめこのすまし汁 <i>ご</i> けん	絹豆腐 ふかし	N/	玉ねぎ なめこ ほうれん草			
	ごはん さけの白糀焼き	目の愛護デー	<u>米</u> こうじ 玄米				
	ブロッコリーのおかか和え	かつお節 ? (を)・	さとう	ブロッコリー キャベツ きゅうり	802	32.1	1
	かぼちゃのみそ汁	うす揚げーみそ		かぼちゃ 玉ねぎ えのきたけ <u>ねぎ</u>	002	02.1	'
	ブルーベリータルト	豆乳 大豆たん白	 さとう 米粉 ショートニング 植物油 でんぷん	ブルーベリー果汁			
ル	<u>フル・・フ・フル・</u> スタミナ丼(麦ごはん)		米 白麦				
		 牛肉 豚肉	サラダ油 さとう でんぷん	玉ねぎ こんにゃく にら しょうが にんにく りんご			
		鶏卵 ゼラチン	植物油脂 さとう でんぷん		859	35.2	2
	つみれ汁 スポーツの日		いわしつみれ(さとう でんぷん)	<u>だいこん</u> ごぼう にんじん <u>ねぎ</u>			
⊩	ごはん		光				
	米粉春巻き	豚肉 鶏肉	豚脂 でんぷん さとう 小麦粉 米粉 植物油脂 大豆油	玉ねぎ キャベツ にんじん	810	30.8	
	野菜のピリ辛和え 豆乳の日		ごま油 さとう	キャベツ きゅうり にんじん にんにく しょうが	010	JU.Ö	2
⊩	白麻婆豆乳風味	木綿豆腐 鶏肉 大豆ミンチ 白みそ 豆乳	サラダ油 でんぷん	玉ねぎ たけのこ えのきたけ にら <u>ねぎ</u> しょうが にんにく			
	ゆかりごはん さつまいもの日		迷	赤しそ			
	野菜コロッケ	大豆たん白		にんじん 玉ねぎ とうもろこし グリンピース	816	25.0	2
	うす揚げとキャベツの和え物	うす揚げ	さとう	キャベツ もやし きゅうり			
╬	さつま汁 ごは /	鶏肉 みそ <u> </u>	さつまいも	玉ねぎ はくさい にんじん こんにゃく <u>ねぎ</u>			
	ごはん 焼きうどんの日		<u>米</u>	ナッベル ナケー エクギ にノッノ にノにノ しょうが			
	祝さりこれ -	豚肉 青のり	うどん サラダ油	キャベツ もやし 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが	808	33.5	2
	大根のそぼろ汁 チーズ	鶏肉 うす揚げ チーズ	サラダ油でんぷん	<u>だいこん</u> にんじん えのきたけ 干ししいたけ <u>小松菜</u>			
⊩	テース ミルクロール	<u>プース</u> 脱脂粉乳	 小麦粉 ショートニング さとう マーガリン				
	焼き栗コロッケ	が元が日本力子に	じゃがいも 栗 さつまいも 植物油脂 パン粉 小麦粉 水				
	流さネコロック ごぼうサラダ ★	ロースハム	あめ でんぷん さとう 大豆油 さとう ごま エッグケアマヨネーズ	ごぼう きゅうり 玉ねぎ にんじん	845	26.8	3
	コーンポタージュ	鶏肉 牛乳	サラダ油 米粉 生クリーム	とうもろこし 玉ねぎ にんじん パセリ粉			
╬	<u></u>	New S 1 3 b	米白麦				
	フレンチサラダ		サラダ油 さとう	キャベツ きゅうり とうもろこし りんご	000	07.0	
	秋の里芋カレー	鶏肉	さといも サラダ油 カレールウ	<u>だいこん</u> 玉ねぎ にんじん いんげん にんにく しょうが りんご プルーン	838	27.2	1
	ぶどうヨーグルト	脱脂粉乳 全粉乳 ゼラチン 寒天	さとう	ぶどう果汁			
	ごはん		米				
	野菜シューマイ	鶏肉 豚肉 大豆たん白	豚脂 パン粉 小麦粉 さとう 水あめ	とうもろこし にんじん 玉ねぎ ほうれん草 しょうが	833	30.9	2
	ひじきのナムル	ひじき ロースハム	さとう ごま ごま油	もやし きゅうり	000	00.9	_
╬	ちゃんぽん麺	豚肉 うずら卵 なると	中華めん	キャベツ 玉ねぎ にんじん きくらげ <u>ねぎ</u>			
	わかめごはん	わかめ	<u>米</u> 白麦		1		
	## \$TC	 	一でんぷん さとう 植物油 小麦粉 大豆油		!		
	竹輪の磯辺揚げ	魚肉すり身をおさ			801	29.8	2
	れんこんのきんぴら ★	豚肉 大豆ミンチ さつま揚げ	サラダ油 さとう	れんこん にんじん こんにゃく いんげん	801	29.8	2
L	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁	豚肉 大豆ミンチ さつま揚げ 鶏卵 絹豆腐	サラダ油 さとう でんぷん	<u>れんこん</u> にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ <u>小松菜</u>	801	29.8	2
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん	豚肉大豆ミンチさつま揚げ鶏卵絹豆腐豚肉うす揚げ	サラダ油 さとう でんぷん 坐 白麦 さとう サラダ油	<u>れんこん</u> にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ <u>小松菜</u> にんじん むき枝豆	801	29.8	2
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ	豚肉大豆ミンチさつま揚げ鶏卵絹豆腐豚肉うす揚げ	サラダ油 さとう でんぷん <u>米</u> 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん	<u>れんこん</u> にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ <u>小松菜</u> にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが	801	29.8 31.6	
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめじ和え	豚肉 大豆ミンチ さつま揚げ 鶏卵 絹豆腐 豚肉 うす揚げ 豆腐 鶏肉 おから 大豆たん白	サラダ油 さとう でんぷん 坐 白麦 さとう サラダ油	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ <u>小松菜</u> にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし <u>小松菜</u>			
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめじ和え 白菜とさつま揚げのみそ汁	豚肉大豆ミンチさつま揚げ鶏卵絹豆腐豚肉うす揚げ豆腐鶏肉おから大豆たん白さつま揚げわかめみそ	サラダ油 さとう でんぷん <u>米</u> 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん	<u>れんこん</u> にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ <u>小松菜</u> にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが			
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめじ和え 白菜とさつま揚げのみそ汁	豚肉大豆ミンチさつま揚げ鶏卵絹豆腐豚肉うす揚げ豆腐鶏肉おからさつま揚げわかめみそ脱脂粉乳	サラダ油 さとう でんぷん 坐 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ <u>小松菜</u> にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし <u>小松菜</u>			
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめじ和え 白菜とさつま揚げのみそ汁 米粉ミルクロール 津幡献立	豚肉 大豆ミンチ さつま揚げ 鶏卵 絹豆腐 豚肉 うす揚げ 豆腐 鶏肉 おから 大豆たん白 さつま揚げ わかめ みそ 脱脂粉乳 カロスク スター	サラダ油 さとう でんぷん 迷 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう ************************************	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ			2
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめじ和え 白菜とさつま揚げのみそ汁 米粉ミルクロール アタハタのから揚げ	豚肉大豆ミンチさつま揚げ鶏卵絹豆腐豚肉うす揚げ豆腐鶏肉おからさつま揚げわかめみそ脱脂粉乳	サラダ油 さとうでんぷん 出 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう でんぷん さとう かまか ショートニング さとう マーガリン でんぷん パン粉 大豆油	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく	801	31.6	2
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめじ和え 白菜とさつま揚げのみそ汁 米粉ミルクロール パタハタのから揚げ まこもとれんこんの洋風炒め オ 河北潟のめぐみミルクスープ お米のムース	豚肉 大豆ミンチ さつま揚げ 鶏卵 絹豆腐 豚肉 うす揚げ 豆腐 鶏肉 おから 大豆たん白 さつま揚げ わかめ みそ 脱脂粉乳 ハタハタ 豚肉	サラダ油 さとう でんぷん 米粉 小麦粉 ショートニング さとう マーガリン でんぷん パン粉 大豆油 サラダ油	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆	801	31.6	2
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめじ和え 白菜とさつま揚げのみそ汁 米粉ミルクロール オペース まこもとれんこんの洋風炒め まこもとれんこんの洋風炒め まごもとれんこんの洋風炒め お米のムース ではん 世界パスタデー	豚肉 大豆ミンチ さつま揚げ 鶏卵 絹豆腐 豚肉 うす揚げ 豆腐 鶏肉 おから 大豆たん白 さつま揚げ わかめ みそ 脱脂粉乳 ハタハタ 豚肉 バーコン 牛乳 乳製品 卵黄	サラダ油 さとうでんぷん 米粉 小麦粉 ショートニング さとう マーガリンでんぷん パン粉 大豆油 サラダ油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 米	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜	801	31.6	2
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめじ和え 白菜とさつま揚げのみそ汁 米粉ミルクロール パタハタのから揚げ まこもとれんこんの洋風炒め まこもとれんこんの洋風炒め お米のムース ごはん 脚界パスタデー 豚肉のきのこソース ★	豚肉 大豆ミンチ さつま揚げ 鶏卵 絹豆腐 豚肉 うす揚げ 豆腐 鶏肉 おから 大豆たん白 さつま揚げ わかめ みそ 脱脂粉乳 ハタハタ 豚肉 ベーコン 牛乳 乳製品 卵黄 豚肉	サラダ油 さとうでんぷん 送 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう **** 小麦粉 ショートニング さとう マーガリンでんぷん パン粉 大豆油 サラダ油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 送 でんぷん 大豆油 さとう	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマト	801	31.6	3
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめじ和え 白菜とさつま揚げのみそ汁 米粉ミルクロール オタハタのから揚げ まこもとれんこんの洋風炒め まこもとれんこんの洋風炒め まこもとれんこんの洋風炒め まごもん があるカース ではん 脚界パスタデー 脚内のきのこソース ではん であっこソース ではん	豚肉 大豆ミンチ さつま揚げ 鶏卵 絹豆腐 豚肉 うす揚げ 豆腐 鶏肉 おから 大豆たん白 さつま揚げ わかめ みそ 脱脂粉乳 ハタハタ 豚肉 ベーコン 牛乳 乳製品 卵黄 豚肉	サラダ油 さとうでんぷん 米粉 小麦粉 ショートニング さとう マーガリンでんぷん パン粉 大豆油 サラダ油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 米	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ 赤パプリカ にんにく	801	31.6	3
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめじ和え 白菜とさつま揚げのみそ汁 米粉ミルクロール パタハタのから揚げ まこもとれんこんの洋風炒め まこもとれんこんの洋風炒め お米のムース ごはん 下肉のきのこソース ではん 下肉のきのこソース ではん でありますで、 でロンとキャベツのペペロンチーノ もやしのスープ	豚肉 大豆ミンチ さつま揚げ 鶏卵 絹豆腐 豚肉 うす揚げ 豆腐 鶏肉 おから 大豆たん白 さつま揚げ わかめ みそ 脱脂粉乳 ハタハタ 豚肉 ベーコン 牛乳 乳製品 卵黄 豚肉	サラダ油 さとうでんぷん 出 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう **** 小麦粉 ショートニング さとう マーガリン でんぷん パン粉 大豆油 サラダ油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 出 でんぷん 大豆油 さとう スパゲッティ オリーブ油	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマト	801	31.6	3
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめじ和え 白菜とさつま揚げのみそ汁 米粉ミルクロール ハタハタのから揚げ まこもとれんこんの洋風炒め まこもとれんこんの洋風炒め お出潟のめぐみミルクスープ ごはん 世界パスタデー 下肉のきのこソース ではん で肉のこソース ではん で肉のこソース ではん で肉のこソース ではん で肉のこソース ではん	豚肉 大豆ミンチ さつま揚げ 鶏卵 絹豆腐 豚肉 おから 大豆たん白 さつま揚げ わかめ みそ 脱脂粉乳 ハタハタ 豚肉 バーコン 牛乳 乳製品 卵黄 豚肉 ベーコン 豚肉 ベーコン	サラダ油 さとうでんぷん 送 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう **** 小麦粉 ショートニング さとう マーガリン でんぷん パン粉 大豆油 サラダ油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 送 でんぷん 大豆油 さとう スパゲッティ オリーブ油 ****	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ 赤パプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん	801	31.6	3
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめじ和え 白菜とさつま揚げのみそ汁 米粉ミルクロール パタハタのから揚げ 大まこもとれんこんの洋風炒め まこもとれんこんの洋風炒め まこもとれんこんの洋風炒め お米のムース ごはん 豚肉のきのこソース ではん 豚肉のきのこソース ではん 野菜かき揚げ 大きしめんの日	豚肉 大豆ミンチ さつま揚げ 鶏卵 絹豆腐 豚肉 うす揚げ 豆腐 鶏肉 おから 大豆たん白 さつま揚げ わかめ みそ 脱脂粉乳 ハタハタ 豚肉 ベーコン 牛乳 乳製品 卵黄 豚肉	サラダ油 さとう でんぷん 出 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう マーガリン でんぷん パン粉 大豆油 サラダ油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 出 てんぷん 大豆油 さとう スパゲッティ オリーブ油 出 大豆油	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ 赤パプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん	801	31.6	2
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめじ和え 白菜とさつま揚げのみそ汁 米粉ミルクロール パタハタのから揚げ 大切のから揚げ まこれんこんの洋風炒め まこれんこんのデ風炒め お出場のカース ではん 下肉のこソース ではん 下肉のこソース ではん 下肉のこソース ではん 野菜パスタデー きしめんの日 ではん 野菜大根のマヨネーズ和え ★	豚肉 大豆ミンチ さつま揚げ 鶏卵 絹豆腐 豚肉 うす揚げ 豆腐 鶏肉 おから 大豆たん白 さつま揚げ わかめ みそ 脱脂粉乳 ハタハタ 豚肉 ベーコン 牛乳 乳製品 卵黄 豚肉 ベーコン 大豆たん白	サラダ油 さとうでんぷん 送 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう でんぷん さとう マーガリンでんぷん パン粉 大豆油 サラダ油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 送 でんぷん 大豆油 さとう スパゲッティ オリーブ油 送 小麦粉 大豆油 さとう ごま エッグケアマヨネーズ	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ 赤パプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん	801	31.6	2
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめさつま揚げのみそ汁 米粉ミルクロール メタのから揚げ 大切のから揚げ ま北潟のめぐみミルクス おおいたのである。 ではん 下肉のこソース ではん 下肉のコンとキャグのペペロンチーノ ではん 野菜かき切った。 はん 野菜大根のマランはん 野菜大根のマランはん いき場ができる。★ はん いきはん いきになん いきになんの日 はん いきになんの日 はん いきになんの日 はん いきになんの日	豚肉 大豆ミンチ さつま揚げ 鶏卵 絹豆腐 豚肉 おから 大豆たん白 さつま揚げ わかめ みそ 脱脂粉乳 ハタハタ 豚肉 バーコン 牛乳 乳製品 卵黄 豚肉 ベーコン 豚肉 ベーコン	サラダ油 さとうでんぷん 出 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう マーガリンでんぷん パン粉 大豆油 サラダ油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 出 でんぷん 大豆油 さとう スパゲッティ オリーブ油 とう スパゲッティ オリーブ油 とう ごま エッグケアマヨネーズ きしめん	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ 赤パプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん	801	31.6	2
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめじむつま揚げのみそ汁 米粉ミルクロール パタハタのから揚げ ** おおこんの学風炒め ま北潟のからまルクスープ おおいきのこソース ではん 下肉のコンとキャベツのペペロンチーノ もしのスープ ごはん 野菜かき揚げ 切って、 ましめんの日 いましめん ではん いきにより	豚肉 大豆ミンチ さつま揚げ 鶏卵 絹豆腐 豚肉 うす揚げ 豆腐 鶏肉 おから 大豆たん白 さつま揚げ わかめ みそ 砂馬 八夕 水の バーコン 中乳 製肉 みそ 鶏肉 みそ 鶏肉 みそ 素みそ	サラダ油 さとうでんぷん 出 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう でんぷん さとう マーガリンでんぷん パン粉 大豆油 サラダ油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 出 でんぷん 大豆油 さとう スパゲッティ オリーブ油 出 大豆油 さとう ごま エッグケアマヨネーズ きしめん 出	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ 赤パプリカ にんにくもやし 玉ねぎ にんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん だいこん ごぼう にんじん 生しいたけ 小松菜	801	31.6 34.3 24.6 23.0	2 2
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しの草とさつま揚げのみそ汁 米粉ミルクロール メタのから揚げ 大切のから揚げ 大切のから場が である。 である。 である。 である。 である。 ではん 野平大根のではん で野・大根のではん ではん ではん ではん ではん ではん ではん ではん ではん ではん	豚肉 大豆ミンチ さつま揚げ 鶏卵 絹豆腐 豚肉 うす揚げ 豆腐 鶏肉 おから 大豆たん白 さつま揚げ わかめ みそ 脱脂粉乳 ハタハタ 豚肉 ベーコン 牛乳 乳製品 卵黄 豚肉 ベーコン 大豆たん白	サラダ油 さとうでんぷん 出 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう マーガリンでんぷん パン粉 大豆油 サラダ油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 出 でんぷん 大豆油 さとう スパゲッティ オリーブ油 とう スパゲッティ オリーブ油 とう ごま エッグケアマヨネーズ きしめん	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ 赤パプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん	801	31.6	2 2
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しの立とさつま揚げのみそ汁 米 タハクロール パタのから揚げ ★ ではんのきんのうとれんこんの洋風炒め ★ ではんのものこソース ではんのものこソース ではん 野菜大根のではん 野菜大根のではん ではん ではん ではん ではん ではん ではん ではん ではん ではん	豚肉大豆ミンチさつま揚げ鶏卵絹豆腐豚肉うす揚げごのま揚げわかめみそ脱脂ハタ水内の本乳水内の本乳水内の水の水口大豆たん白鶏肉みそおみそおみそかまぼこわかめ	サラダ油 さとうでんぷん 出 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう でんぷん さとう マーガリンでんぷん パン粉 大豆油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 出 でんぷん 大豆油 さとう スパゲッティ オリーブ油 出 大豆油 さとう ごま エッグケアマヨネーズ きしめん 出 さとう	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうがしめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ 赤パプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん だいこん ごぼう にんじん 生しいたけ 小松菜 ねぎ しょうが	801	31.6 34.3 24.6 23.0	2 2
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ し対さま揚げのみそ汁 米タハクロール ボタハとれんのまりのが注風がかまれんのようにあられたののではんののではんのではんがです。 おいまが、まれたののではんがです。 おいまが、まれたのではんができない。 ないますが、またいではんができない。 ないますが、またいではんができない。 ないますが、またいではんができない。 ないますが、またいではんができない。 ないますが、またいではんができない。 ないますが、またいではんができない。 ないますが、またいではんがでんしていますが、またいではんがでんしていますが、またいではんがでんしていますが、またいではんができない。 ないまずが、またいでは、いまが、またいでは、いまが、またいでは、いまが、またいでは、いまが、またいでは、いまが、またいでは、いまが、またいでは、いまが、またいでは、いまが、またいでは、いまが、またいでは、いまが、またいでは、いまが、またいでは、いまが、またいでは、	豚肉大豆ミンチさつま揚げ鶏卵絹豆腐豚肉うす揚げごのま揚げわかめみそ脱脂ハタ水肉小乳製品豚肉ハワン大豆たん白鶏肉鶏肉みそおまずこおみそさかまずこわかめ	サラダ油 さとうでんぷん 出表 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう でんぷん さとう でんぷん さとう マーガリンでんぷん パン粉 大豆油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 光でんぷん 大豆油 さとう スパゲッティ オリーブ油 光 小麦粉 大豆油 エッグケアマヨネーズ きしめん 光 さとう さとう	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうがしめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ 赤パプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん 生しいたけ 小松菜 ねぎ しょうがもやし きゅうり	801	31.6 34.3 24.6 23.0	2 2
	れんこんのきんぴら ★ かきできないではんではないできまます。 こでではないではないではないではないではないではないです。 いったではないではないではないではないではないです。 ないではないではないではないです。 ないではないではないではないです。 ないではないではないではないではないではないです。 ないではないではないではないではないではないでもできないでもできないである。 ないではないではないではないでもできないでもできないでもできる。 ないでもできるできるできるできるできるではないでもできるできるできるできるできるできるできるできるできるできるできるできるできるで	豚肉大豆ミンチさつま揚げ鶏卵絹豆腐豚肉方す揚げ豚肉カカカカスカスス川タ川の 川の 川の 川の 川の 川の 川の 川の 川の 川の 中乳 川の 川の 中乳 川の 中乳 川の 中乳 中乳 中乳 中乳 中乳 中乳 中乳 中乳 中乳 中乳 中乳 中乳 中乳 中の 	サラダ油 さとうでんぷん 出 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう でんぷん さとう マーガリンでんぷん パン粉 大豆油 サラダ油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 出でんぷん 大豆油 さとう スパゲッティ オリーブ油 とり ごま エッグケアマヨネーズ きしめん とう さとう さといも さとう さといも さとう	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうがしめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ ホパプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん だいこん ごぼう にんじん 生しいたけ 小松菜 ねぎ しょうがもやし きゅうり だいこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ にんじん グリンピース	801 818 832 807	31.6 34.3 24.6 23.0 37.3	2 2 2
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめできま場げのみそ汁 といりのからま場がが ★ のまれんである。 であって、カースのでは、カースののでは、からさいののでは、からいのでは、からいのでは、からいででは、からいでは、からいででは、からいででは、からいででは、からいででは、からいででは、からいででは、からいででは、からいででは、からいででは、からいででは、からいでである。 ないで、カードリアのは、カード・カード・カード・カード・カード・カード・カード・カード・カード・カード・	豚肉大豆寒鶏卵絹豆腐豚肉うす揚げ豆腐鶏肉おかめみそ脱りの中乳豚肉小乳製品豚肉水大豆たん白鶏肉鶏肉みそおおみそおみそさかまのみずら卵現内カボーウインナーチーズ	サラダ油 さとう でんぷん と 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう でんぷん さとう マーガリン でんぷん パン粉 大豆油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 米 でんぷん 大豆油 さとう オリーブ油 と	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうがしめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ 赤パプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん だいこん ごぼう にんじん 生しいたけ 小松菜 ねぎ しょうがもやし きゅうりだいこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ にんじん ブリンピース	801	31.6 34.3 24.6 23.0	2 2 2
	れんこんのきんぴら ★ かき玉汁 こぎつねごはん 豆腐ハンバーグ しめじさつま揚げのみそ汁 米タミルクロール ボターといりのから場のカース まポーツのからはのカース おおいたののコンクス おおいたののコンクス おいまののコンクス おいまののコンクス おいまののコンクス がいまが、大根ののコンののはが、まではんのもとはんがです。 ないまではんがいます。 ないまではんがいます。 ないまではんがいます。 ないまではんがいます。 ないまではんがいます。 ないまではんがいます。 ないまではんがいます。 ないまではんがいます。 ないまではんがいます。 ないまではないないます。 ないまではないないます。 ないまではないないます。 ないまではないないます。 ないまではないないます。 ないまではないないます。 ないまではないないます。 ないまではないます。 ないまではないないます。 ないまではないます。 ないまではないます。 ないまではないます。 ないまではないます。 ないまではないます。 ないまではないます。 ないまではないないます。 ないまではないます。 ないまではないまではないます。 ないまではないます。 ないまではないます。 ないまではないまではないまではないます。 ないまではないまではないまではないまではないまではないまではないまではないまでは	豚肉大豆寒鶏卵絹豆腐豚肉うす揚げ豆腐鶏肉おかめみそ脱りの中乳豚肉小乳製品豚肉水大豆たん白鶏肉鶏肉みそおおみそおみそさかまのみずら卵現内カボーウインナーチーズ	サラダ油 さとう でんぷん と 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう でんぷん さとう マーガリン でんぷん パン粉 大豆油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 米 でんぷん 大豆油 さとう オリーブ油 と	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうがしめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ ホパプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん だいこん ごぼう にんじん 生しいたけ 小松菜 ねぎ しょうがもやし きゅうりだいこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ にんじん グリンピース 玉ねぎ トマト	801 818 832 807	31.6 34.3 24.6 23.0 37.3	2 2 2
	れんこんのきんぴら ★ かきではんではながられたではんができるができます。 こではいかでは、 このでは、 このでは	豚肉大豆寒鶏卵絹豆腐豚肉うす揚げ豆腐鶏肉おかめみそ脱りの中乳豚肉小乳製品豚肉水大豆たん白鶏肉鶏肉みそおおみそおみそさかまのみずら卵現内カボーウインナーチーズ	サラダ油 さとう でんぷん 送 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう でんぷん さとう マーガリンでんぷん パン粉 大豆油 サラダ油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 光でんぷん 大豆油 コーブ油 光別 大豆油 エッグケアマヨネーズ きしめん 光さら さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう きとう 植物油脂 でんぷん ラード なたね油	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうがしめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ ホパプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん 生しいたけ 小松菜 ねぎ しょうがもやし きゅうりだいこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ にんじん グリンピース 玉ねぎ トマトブロッコリー りんご果汁	801 818 832 807	31.6 34.3 24.6 23.0 37.3	2 2 2
	れんこんのきんぴら ★ かきではいった。	豚肉大豆宮豚肉うす揚げ豆腐豚肉豚肉うす揚げわかめみそ脱りの中野豚肉小の大豆たん白鶏肉鶏肉みそささままりみそさずまのみそションカーンカーンカーンカーンカーンカーンカーンションカーン </td <td>サラダ油 さとう でんぷん 出 さとう せっぱんぷん 出 さとう せっぱんぷん さとう でんぷん さとう でんぷん さとう でんぷん フートニング 大豆油 じゃとう 水あめ 出 でんぷん 大豆油 でんぷん 大豆油 オリー ブケアマコネーズ きしめん さこう さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう がまれ でんぷん ラード なたね油 さとう 水あめ さとう かまか かっとう 水あめ さとう がまかん さこう かまかん さこう かまかん さこう かまかん さこう かまかん さとう かまかん さとう</td> <td>れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうがしめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ ホパプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん 生しいたけ 小松菜 ねぎ しょうがもやし きゅうりだいこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ にんじん グリンピース 玉ねぎ トマトブロッコリー りんご果汁</td> <td>801 818 832 807</td> <td>31.6 34.3 24.6 23.0 37.3</td> <td>2 2 2</td>	サラダ油 さとう でんぷん 出 さとう せっぱんぷん 出 さとう せっぱんぷん さとう でんぷん さとう でんぷん さとう でんぷん フートニング 大豆油 じゃとう 水あめ 出 でんぷん 大豆油 でんぷん 大豆油 オリー ブケアマコネーズ きしめん さこう さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう がまれ でんぷん ラード なたね油 さとう 水あめ さとう かまか かっとう 水あめ さとう がまかん さこう かまかん さこう かまかん さこう かまかん さこう かまかん さとう	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうがしめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ ホパプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん 生しいたけ 小松菜 ねぎ しょうがもやし きゅうりだいこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ にんじん グリンピース 玉ねぎ トマトブロッコリー りんご果汁	801 818 832 807	31.6 34.3 24.6 23.0 37.3	2 2 2
	れんこんのきんぴら ★ かきではんでは、	豚肉大豆ミンチさつま揚げ鶏肉うす揚げわかめみそ脱脂粉り中乳中乳豚肉コン小豚肉木豆たん白鶏肉カステ大豆たん白カステおみそささまるおよろのカカナカリックカステカステカカナカリックウ油肉カカナカリック中の脱脂粉乳チーズ脱脂粉乳チーズ	サラダ油 さとう でんぷん 出物 さとう でんぷん と 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう マーガリンでんぷん 水あめ 大豆油 じゃか 米粉 でんぷん 水あめ 光でんぷん ティ オリーブ油 とう スパゲッティ オリーブ油 光表 大豆油 エッグケアマヨネーズ きしめん とう さとう さとう さとう さとう さとう きとう きとう 神物油脂 でんぷん ラード なたね油 さとう 小麦粉 ショートニング さとう マーガリン	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうがしめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ ホパプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん 生しいたけ 小松菜 ねぎ しょうがもやし きゅうりだいこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ にんじん グリンピース 玉ねぎ トマトブロッコリー りんご果汁	801 818 832 807	31.6 34.3 24.6 23.0 37.3	2 2 2 2 2 3
	れんきんぴら ★ かこさんのさんがこう は	豚肉大豆ミンチさつま揚げ鶏肉うす揚げわかめみそ脱脂粉り中乳中乳豚肉コン小豚肉木豆たん白鶏肉カステ大豆たん白カステおみそささまるおよろのカカナカリックカステカステカカナカリックウ油肉カカナカリック中の脱脂粉乳チーズ脱脂粉乳チーズ	サラダ油 さとう でんぷん 出 さとう せっぱんぷん 出 さとう せっぱんぷん さとう でんぷん さとう でんぷん さとう でんぷん フートニング 大豆油 じゃとう 水あめ 出 でんぷん 大豆油 でんぷん 大豆油 オリー ブケアマコネーズ きしめん さこう さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう がまれ でんぷん ラード なたね油 さとう 水あめ さとう かまか かっとう 水あめ さとう がまかん さこう かまかん さこう かまかん さこう かまかん さこう かまかん さとう	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうがしめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ 赤パプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん ごぼう にんじん だいこん ごぼう にんじん 生しいたけ 小松菜 ねぎ しょうがもやし きゅうりだいこん にんじん ブリンピース 玉ねぎ トマトブロッコリー りんご果汁	801 818 832 807 834	31.6 34.3 24.6 23.0 27.5	2 2 2 2
	れかきんがこうではんがいます。 *** こうないでは、 *** こうないでは、 *** こうないでは、 *** こうないでは、 *** こうないでは、 *** こうないが、 ** こうないが、 *** こうないが、 ** こうないが、 *** こうないが、 ** こうないが、 *** こうないが、 *** こうないが、 *** こうないが、 *** こうないが、 *** こうないが、 *	豚肉大豆腐豚肉大豆店豚肉うす揚げ豆腐鶏肉おおりのみそ脱脂カク中黄豚へ小豚へ乳肉カス大豆たん鶏肉木豆みそシウみそシウカカンカカンカカン大豆カカン <t< td=""><td>サラダ油 さとう でんぷん 出 さとう せっぱんぷん 出 さとう せっぱんぷん さとう でんぷん さとう でんぷん さとう でんぷん フートニング 大豆油 じゃとう 水あめ 出 でんぷん 大豆油 でんぷん 大豆油 オリー ブケアマコネーズ きしめん さこう さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう がまれ でんぷん ラード なたね油 さとう 水あめ さとう かまか かっとう 水あめ さとう がまかん さこう かまかん さこう かまかん さこう かまかん さこう かまかん さとう かまかん さとう</td><td>れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ 赤パプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん 生しいたけ 小松菜 ねぎ しょうがもいこん ごぼう にんじん 生しいたけ 小松菜 ねぎ しょうがもいこん にんじん ブリンピース 玉ねぎ トマトブロッコリー りんご果汁 プロッコリー とうもろこし キャベツ 玉ねぎ にんじん えのきたけ 小松菜</td><td>801 818 832 807 834</td><td>31.6 34.3 24.6 23.0 27.5</td><td>2 2 2 2</td></t<>	サラダ油 さとう でんぷん 出 さとう せっぱんぷん 出 さとう せっぱんぷん さとう でんぷん さとう でんぷん さとう でんぷん フートニング 大豆油 じゃとう 水あめ 出 でんぷん 大豆油 でんぷん 大豆油 オリー ブケアマコネーズ きしめん さこう さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう さとう がまれ でんぷん ラード なたね油 さとう 水あめ さとう かまか かっとう 水あめ さとう がまかん さこう かまかん さこう かまかん さこう かまかん さこう かまかん さとう	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうが しめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パプリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ 赤パプリカ にんにくもやし 玉ねぎ 小松菜 にんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん 生しいたけ 小松菜 ねぎ しょうがもいこん ごぼう にんじん 生しいたけ 小松菜 ねぎ しょうがもいこん にんじん ブリンピース 玉ねぎ トマトブロッコリー りんご果汁 プロッコリー とうもろこし キャベツ 玉ねぎ にんじん えのきたけ 小松菜	801 818 832 807 834	31.6 34.3 24.6 23.0 27.5	2 2 2 2
	れんさんがきんがきできた。 かさではんができた。 ではいかではながらできた。 ではながらではながらではないです。 ではながらではないができた。 ではながでしまます。 ではながでしまます。 ではながでします。 でもご野切味できない。 でもご野切味できない。 でもご野切味できない。 でもでもでもでもでもでもでもでもでもでします。 でもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもできます。 でもでもでもでもでもでもでもでもでもできます。 でもでもでもでもでもでもでもでもでもできます。 でもでもでもでもでもでもでもでもでもできます。 でもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもできます。 でもでもでもでもでもでもでもできます。 でもでもでもでもでもでもでもでもできます。 でもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもできまず。 たれたでははないでします。 でもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもできまず。 でもでもでもでもでもでもでもできます。 でもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでもでも	豚肉大豆ミンチさつま揚げ鶏卵絹豆腐豚肉うす揚げ豚肉ごま揚げわかめみそ脱脂粉乳 ハ豚肉 「乳製品中野黄豚肉木豆 一次 	サラダ油 さとうでんぷん 送 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう でんぷん さとう でんぷん さとう マーガリンでんぷん パン粉 大豆油 じゃがいも さとう 米粉 でんぷん 水あめ 送でんぷん 大豆油 コーブ油 送り 大豆油 エッグケアマヨネーズ きしめん 送 さとう さとう さとう さとう さとう さとう きとう 神物油脂 でんぷん ラード なたね油 さとう 小麦粉 かあめ さんぷん サラダ油 さとう 小麦粉 水あめ でんぷん せう かまか かまかめ さとう かまか かまかめ さとう かまか かまか さとう かまか かまか さとう かまか かまか さとう かまか かまか かまか かまか かまか かまか かまか かまか かまか かま	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうがしめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パブリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ かんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん だいこん ごぼう にんじん 生しいたけ 小松菜 ねぎ しょうがもやし きゅうり だいこん にんじん ブリンピース 玉ねぎ トマトブロッコリー りんご果汁 プロッコリー とうもろこし キャベツ 玉ねぎ にんじん えのきたけ 小松菜 かぼちゃ	801 818 832 807 834 845	31.6 34.3 24.6 23.0 37.3	2 2 2 3
	れかきんがこうではんがいます。 *** こうないでは、 *** こうないでは、 *** こうないでは、 *** こうないでは、 *** こうないでは、 *** こうないが、 ** こうないが、 *** こうないが、 ** こうないが、 *** こうないが、 ** こうないが、 *** こうないが、 *** こうないが、 *** こうないが、 *** こうないが、 *** こうないが、 *	豚肉 大豆腐 豚肉 うす場げ 豆腐 鶏肉 おから 大豆たん白 さつま揚げ わかめ みそ 脱りの カスーツ 中黄 豚肉 コン 卵黄 豚肉 コン 卵黄 豚木一 コ から かっすらのが、 鶏肉 カナ大豆 たん白 鶏肉 カナ大豆 たん白 鶏肉 カナ	サラダ油 さとうでんぷん 米 白麦 さとう サラダ油 植物油脂 さとう でんぷん さとう でんぷん さとう マーガリンでんぷん 小麦粉 ショートニング さとう マーガリン でんぷん 水あめ 米 大豆油 さとう 米粉 でんぷん 水あめ 米 大豆油 コープ カーアマコネーズ きしめん 米 さとう	れんこん にんじん こんにゃく いんげん 玉ねぎ えのきたけ 小松菜 にんじん むき枝豆 玉ねぎ にんじん にんにく しょうがしめじ もやし 小松菜 はくさい 玉ねぎ にんじん えのきたけ ねぎ パブリカ しょうが にんにく まこもたけ れんこん にんじん むき枝豆 はくさい 生しいたけ 小松菜 しめじ えのきたけ トマトキャベツ 玉ねぎ かんじん ごぼう しゅんぎく 切干大根 きゅうり にんじん だいこん ごぼう にんじん 生しいたけ 小松菜 ねぎ しょうがもやし きゅうり だいこん にんじん ブリンピース 玉ねぎ トマトブロッコリー りんご果汁 プロッコリー とうもろこし キャベツ 玉ねぎ にんじん えのきたけ 小松菜 かぼちゃ	801 818 832 807 834	31.6 34.3 24.6 23.0 27.5	